



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO
INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º 25 2010/2011

Prova: I Tarde do Lima
Data: 8 de Junho de 2011 (quarta-feira)
Local: Estádio Municipal Manuela Machado
Organização: Associação de Atletismo de Viana do Castelo
Câmara Municipal de Viana do Castelo
Director de Competição: José Augusto Meixedo
Delegado Técnico: Rui Costa
Director Técnico: Rui Cerqueira

Início da prova	Prova	Escalaão					Sexo	Observações
		Inf	Ini	Juv	Jun	Sen		
		98/99	96/97	94/95	92/93	91/...		
19.00	100m			●	●	●	F	Séries
19.00	Altura	●	●	●	●	●	M/F	1.00+5cm até 1.25 depois + 3cm
19.00	Disco	●	●	●	●	●	M	0.750/1/1.5/1.750/2kg (1)
19.05	100m			●	●	●	M	Séries
19.15	80m		●				F	Séries
19.20	80m		●				M	Séries
19.30	60m	●					F	Séries
19.35	60m	●					M	Séries
19.45	800m		●				F	Séries
19.45	Dardo	●	●	●	●	●	F	400/500/600/600/600g (1)
19.45	Comprimento			●	●	●	M/F	Tábua: 3m (1)
19.50	800m		●				M	Séries
20.00	600m	●					F	Séries
20.05	600m	●					M	Séries
20.15	1500m			●	●	●	F	Séries
20.20	1500m			●	●	●	M	Séries
20.30	2.000m Obst.(0.76m)			●			M	Nos 302.96+4V. (18Ob. 1ªantes da vala)
20.45	3.000m Obst.(0.91m)				●	●	M	P44,74+ 7V (28obst+7valas)

(1) Se o total de atletas for superior a 12, estes terão apenas direito a efectuar 4 ensaios.

Regulamento da Competição

1. Os atletas apenas poderão participar em duas provas.
2. A participação dos atletas do escalaão de Iniciados e Juvenis em corridas ou provas de marcha e a participação noutras provas na mesma jornada deverá respeitar o estabelecido, desde 1 de Janeiro de 2007, no Regulamento Geral de Competições da FPA (já divulgado).
3. No acto de inscrição deverão mencionar a sua melhor marca.
4. A inscrição nos concursos será feita no local de realização do mesmo, junto dos juizes.
5. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Viana do Castelo, 2 de Junho de 2011

O Director Técnico Regional

(Prof. Rui Costa)